



Dofinansowano ze środków z budżetu państwa „Rządowy program ograniczania przestępczości i aspołecznych zachowań Razem bezpieczniej na lata 2025-2028

CYBERBEZPIECZEŃSTWO DLA SENIORÓW Z RZESZOWA

WEŹ UDZIAŁ W WARSZTATACH I SZKOLENIACH Z ZAKRESU BEZPIECZEŃSTWA
CYFROWEGO



BEZPIECZEŃSTWO

Naucz się, jak chronić swoje dane osobowe w Internecie.



SZKOLENIE

Weź udział w szkoleniach i warsztatach dotyczących cyberprzestępczości.



WIEDZA

dowiedz się jak się bronić przed niebezpieczeństwem w cyfrowym świecie

UDZIAŁ

Zgłoś się już dziś i zyskaj nowe umiejętności!

WYPEŁNIJ FORMULARZ I DOSTARCZ DO WYDZIAŁU POLITYKI
SPOŁECZNEJ URZĘDU MIASTA RZESZOWA
PRZY UL. 3 MAJA 13 (II PIĘTRO, POK. 201)

WARSZTAT 2 – „**Nie daj się okraść w sieci**”. Temat: Ochrona danych osobowych i tożsamości w internecie (2 godziny lekcyjne).

Data 01.12.2025 r. (poniedziałek) godz.10.00 - 11.30,

Miejsce: Rzeszów, Osiedlowy Dom Kultury, ul. Kochanowskiego 29. (sala nr 3)

SZKOLENIE 1 – „**Mój Smartfon – Mój Cyfrowy Asystent**”. Celem tego modułu jest oswojenie się ze smartfonem i tabletem jako podstawowymi narzędziami komunikacji i dostępu do informacji (4 godziny lekcyjne).

Data 02.12.2025 r. (wtorek), godz. 12.15-15.15

Miejsce: Rzeszów, Międzynarodowe Centrum Integracji Feniks – sala konferencyjna, ul. 3 Maja 13 (parter)

SZKOLENIE 4 – „**Cyberpułapki – Jak Rozpoznać i Unikać Oszustw**”. Szkolenie kładące nacisk na analizę rzeczywistych przypadków i budowanie świadomości na temat różnorodnych zagrożeń cyfrowych (4 godziny lekcyjne).

Data 02.12.2025 r. (wtorek), godz. 16.00 - 19.00

Miejsce: ul. Wieniawskiego 84, Filia Rzeszowskiego Domu Kultury,

WARSZTAT 3 – „**Nie wierz we wszystko – cybermanipulacja i dezinformacja**”. Temat: Fake newsy, łańcuszki i manipulacja emocjonalna w internecie (2 godziny lekcyjne).

Data 05.12.2025 r. (piątek) godz. 9.00 – 10.30

Miejsce: Rzeszów, Urban Lab Rzeszów, ul. 3 Maja 13 (piętro I),

WARSZTAT 4 – „**Cyberprzemoc – reaguj, nie milcz**”. Temat: Przeciwdziałanie przemocy w internecie, hejtowi i nękanii cyfrowemu (2 godziny lekcyjne).

Data 05.12.2025 r. (piątek) godz. 11.00 – 12.30

Miejsce: Rzeszów, Urban Lab Rzeszów, ul. 3 Maja 13 (piętro I),

SZKOLENIE 2 – „**Moje Dane Bezpieczne – Jak Chronić Prywatność w Sieci**”. Szkolenie poświęcone ochronie danych osobowych, świadomemu korzystaniu z sieci i budowaniu odporności na zagrożenia. (4 godziny lekcyjne)

Data 12.12.2025 (piątek), godz. 10.00-13.00,

Miejskie: Rzeszów, Miejskie Centrum Seniora, ul. Rynek 7,

SZKOLENIE 3 – „**Bankowość Bez Obaw – Bezpieczne Finanse w Internecie**”. Szkolenie skupi się na praktycznych aspektach bezpiecznego korzystania z bankowości elektronicznej i płatności online (4 godziny lekcyjne).

Data 15.12.2025 (poniedziałek) godz. 16.30 - 19.30,

Miejsce: Rzeszów, ul. Dębicka 170 (Filia Rzeszowskiego Domu Kultury)

WARSZTAT 1– „**Uwaga, to oszustwo!**”. Temat: Najczęstsze oszustwa internetowe i telefoniczne skierowane do seniorów (2 godziny lekcyjne).

Data: 15.12.2025 r. (poniedziałek), godz. 11.00 - 12.30,

Miejsce: Rzeszów, ul. Krynicka 1 (Filia Rzeszowskiego Domu Kultury)

Konferencja „Zagrożenia w Cyfrowym Świecie – Jak Chronić Seniorów?”

Data 10.12.2025 (środa) godz. 12.00 (rozpoczęcie może ulec zmianie)

Miejsce: Miejsce: Międzynarodowe Centrum Integracji Feniks, ul. 3 Maja 13 (parter)/ Urban Lab Rzeszów 3 Maja 13 (I piętro).

W ramach konferencji odbędzie się:

- Debata społeczną „Cyfrowa tarcza dla seniora”,
- Warsztat „ABC Cyberbezpieczeństwa.